



Uganda (ウガンダ共和国)

ウガンダ風 牛肉のトマト煮

メニュー説明

牛肉と野菜をトマト味でじっくりと煮込んだ東アフリカの国、ウガンダ共和国の料理です。この料理は特別にスパイスを入れるわけではなく、ひたすらじっくりと野菜がとろける位によく煮込んで作るシンプルなビーフシチューです。

国別紹介

ケニアやタンザニア、スーダン、コンゴなどと国境を接し、アフリカ最大の湖、ビクトリア湖と接しています。国名のウガンダはかつてこの地にあったブガンダ王国から名づけられています。旧イギリス領であったためウガンダの食文化にはイギリス、インドの影響がうかがえます。

首都：カンパラ

人口：約 4149万人